CARTA D'ASPECTES GENERALS A TENIR EN COMPTE PONT CONSTITUCIÓ 2023. ATENEU DIVERS

US DEMANEM QUE LLEGIU ATENTAMENT;

A continuació us fem arribar aquells aspectes a tenir en compte per participar en les diferents sortides de l'Ateneu Divers.

TRAJECTES DE SORTIDA I ARRIBADA

Cadascú/na ha de ser **responsable del trajecte des de casa fins el punt de trobada** per sortir de viatge i el mateix a la tornada, **els/les acompanyants no es faran responsables d'aquests trajectes**, ja que s'entén que els/les participants han de ser prou autònoms/es per fer-ho sols/es.

OBJECTES DE VALOR

És millor no portar objectes de valor com joies o aparells electrònics molt sofisticats. L'entitat i acompanyants no es faran responsables en cas de pèrdua o robatori.

DOCUMENTACIÓ QUE CAL PORTAR

Els/les **participants del viatge hauran de REVISAR si tenen el DNI en vigor**. Si us plau, si algun/a participant ha renovat fa poc el seu DNI, preguem que ens porti 1 còpia el mateix dia de la sortida i entregar-la als/les acompanyants de l'ATENEU DIVERS.

Caldrà portar el **DNI original i targeta de la Seguretat social.**

DESPESES PERSONALS

Cal que cada participant porti diners personals per despeses com consums personals com cafès, refrescos... i en cas de voler realitzar les activitats opcionals que s'oferiran durant el viatge caldrà que porteu entre 50-60€.

ATENCIÓ: COSES QUE NO PODEN FALTAR A LA TEVA MALETA

A CONTINUACIÓ ET DETALLEM UN LLISTAT DE COSES QUE NO ET POTS OBLIDAR.

- **ET RECOMANEM QUE NO PORTIS UNA MALETA MOLT GRAN, JA QUE HAURÀS DE CARREGAR-LA TU MATEIX/A, I TAN L'ANADA COM LA TORNADA, A MÉS DE L'AUTOCAR, HAUREM D'AGAFAR EL TREN CREMALLERA, AIXÍ QUE ÉS RECOMANABLE QUE PORTIS UNA MALETA QUE SIGUI DE FÀCIL TRASLLAT I CÒMODE DE PORTAR.**
- **SI PRENS MEDICACIÓ, ASSEGURA'T QUE NO TE L'OBLIDES A CASA I QUE PORTES LA DOSI NECESSÀRIA PELS DIES D'ESTADA. PENSA QUE ESTEM EN UN ALLOTJAMENT EN PLENA MUNTANYA, I QUE NO SERÀ FÀCIL ADQUIRIR AQUESTA MEDICACIÓ EN CAS D'OBLIT.**
- **ASSEGURA'T QUE PORTES ROBA I CALÇAT ADEQUAT PER ANAR A LA MUNTANYA, ON SERÀ MOLT PROBABLE QUE FACI MOLT DE FRED.**

ET RECOMANEM QUE VAGIS MARCANT AMB UNA X A MESURA QUE HO VAS POSANT DINS L'EQUIPATGE:

	COSES QUE NO PODEN FALTAR EN EL TEU EQUIPATGE	MARCA AMB UNA X QUAN ESTIGUI DINS LA TEVA MALETA !!!
1	NECESSER AMB ESTRIS DE NETEJA PERSONAL: XAMPÚ I SABÓ, RESPALL I CREMA DE DENTS, PINTA, DESODORANT.	
2	COMPRESES (Per qui les necessiti)	
3	MÍNIM UNA MUDA DE ROBA INTERIOR PER DIA D'ESTADA (calçotets, calces, mitjons, sostenidors,...)	
4	MÍNIM 3 SAMARRETES TÈRMIQUES	
5	MÍNIM 3 PANTALONS... que permeti fer excursions per la muntanya. En general us recomanem que sigui roba còmode i que abrigui.	
6	PIJAMA	
7	PARAIGÜES I/O CAPEL·LINA	
8	PROTECTOR SOLAR, CREMA HIDRATANT	
9	ANORAK	
10	CALÇAT ADEQUAT PER CAMINAR PER ALTA MUNTANYA (calçat de trekking antilliscant) : **EVITEU PORTAR CALÇAT NOU A ESTRENAR PER ANAR A LA SORTIDA!**	
11	**CANTIMPLORA !!**	
12	BOSSA D'ESQUENA (Que no sigui massa petita.....)	
13	CARREGADOR DE MÒBIL	
14	SI VOLEU PORTEU JOCS DE TAULA (que no ocupin gaire espai)	
15	**MEDICACIÓ** (PEL QUI LA NECESSITI)	
16	**DNI original i en vigor i targeta de la Seguretat Social**	

CONTACTE DURANT LA SORTIDA

L'ATENEU DIVERS no considera necessari portar un número de telèfon exclusiu per mantenir esporàdicament algun contacte amb les famílies dels/de les participants, ja que en l'actualitat tots i totes porten mòbils particulars.
Per part nostre, si fos necessari contactar amb els familiars d'un/a participant, NO PATIU que ho farem. En cas necessari que algun familiar hagués de comunicar alguna informació urgent al/la participant del viatge i li resultés impossible contactar a través del mòbil particular del/de la participant, us facilitem els números de telèfon on ens trobarem allotjats.

- **Hotel Vall de Núria:** 972 73 20 00